

Doctor Jean-Yves CHAUVE

GUÍA de MEDICINA a DISTANCIA

CONSULTAR
TOMO 1 UN MÉDICO
A DISTANCIA





PRÓLOGO A LA EDICIÓN EN CASTELLANO

Es para mí un placer presentar la traducción de la obra del Dr. Jean Yves Chauve, una herramienta de comunicación médica a distancia de eficacia contrastada en multitud de regatas y expediciones en los últimos 15 años.

Con motivo de la Regata Vuelta al Mundo Barcelona World Race 2007, la Fundació per la Navegació Oceànica de Barcelona ha puesto en marcha un Proyecto Médico de Asistencia a Distancia uno de cuyos resultados es la edición española de este libro. Mi agradecimiento a todos aquellos que han colaborado para hacerlo posible.

Como coordinador médico de la Regata y regatista oceánico creo que la Guía Médica va a ser de gran utilidad para navegantes, expedicionarios, viajeros y residentes en zonas aisladas, donde las circunstancias hacen necesaria la Asistencia Médica a Distancia. Al utilizar la misma codificación que la edición francesa, hemos creado un estándar internacional para simplificar la comunicación médico-paciente. A pesar de la alta calidad de las comunicaciones actuales no siempre se dan las condiciones idóneas de transmisión, y el hecho de poder reducir la información a un código alfanumérico optimiza enormemente el proceso reduciendo el tiempo de transmisión.

Esta guía no sustituye al médico, pero lo acerca mucho al paciente.

Dr. Nandu Muñoz Bonet
Coordinador Médico de la
Barcelona World RACE

Hace más de 10 años que el Dr. Jean-Yves CHAUVÉ está a cargo de la asistencia médica de los participantes de las regatas de altura. La necesidad imperiosa de obtener informaciones médicas suficientemente precisas desde el barco para comprender la enfermedad o la herida, le condujo a desarrollar un determinado número de “herramientas” para mejorar la consulta médica a distancia.

Durante mi travesía del Pacífico a remo, en 1991, estuve regularmente en contacto con el Dr. Jean-Yves Chauve quien, habiéndome preparado un botiquín adaptado y un cuaderno de síntomas codificados, era capaz de confirmar un diagnóstico y proponer un tratamiento con simplemente algunas palabras.

Más tarde, ha sido posible desarrollar más esta técnica gracias a la utilización de nuevos medios de telecomunicación entre los que Internet y los satélites constituyen los ejemplos más recientes.

Del mismo modo, el Dr. Jean-Yves CHAUVÉ ha podido, entre otras hazañas, “pilotar” a distancia un corredor para que pudiera suturarse él mismo la lengua. Juntamente con su equipo, ha realizado diversas experiencias con la colaboración de personas sometidas a situaciones frecuentemente extremas. El registro de la actividad del cerebro en los navegantes solitarios, la transmisión de electrocardiogramas durante la travesía del atlántico de Jean-François Deniau, la transmisión de una auscultación pulmonar con los “Jeunes marins reporters” de la “Fleur de Lampaul”.

Estos trabajos diversos le han permitido reflexionar sobre esta nueva noción de medicina a distancia. Pues si estos medios sofisticados van a ganar poco a poco terreno en el ámbito de la medicina moderna, también es importante trabajar sobre lo que constituye la base de la consulta médica: la transmisión de las sensaciones del enfermo o del herido.

Estos dos libros son la culminación de este trabajo, presentando en el tomo 1 el sistema de recopilación de síntomas y en el tomo 2 la guía de primeros auxilios y la utilización del botiquín.

El principio básico de esta obra es acompañar al paciente y a su entorno en la búsqueda de informaciones asociadas al trastorno que padece y que motiva la consulta y en la aplicación de las técnicas de asistencia propuestas a distancia por el médico.

En el tomo 1, los síntomas descritos en un lenguaje muy simple permiten a las personas aisladas y sin ningún tipo de competencia médica identificar fácilmente sus sensaciones con los síntomas expuestos. Las ilustraciones completan la información recogida ayudando a visualizar la localización del trastorno.

La codificación asociada a cada uno de los elementos recogidos facilita su transmisión, refuerza la seguridad y simplifica el intercambio con el médico.

La traducción en la lengua del país permite facilitar la intervención médica complementaria de un médico local cuando sea necesario.

Una vez establecido el diagnóstico a distancia por el médico, se deben seguir sus instrucciones. En el segundo tomo se expone una guía técnica de los primeros auxilios más corrientes que constituye una ayuda sustancial, pues explicar a distancia gestos técnicos y estar seguro de que se comprenden bien es bastante difícil. El botiquín es el eslabón final de esta cadena médica. La elaboración de una lista de productos indispensables simple, polivalente y eficaz ha requerido un largo trabajo de reflexión que he podido seguir a través de mis responsabilidades en el seno del Consejo Superior de la Navegación de Recreo (Conseil Supérieur de la Navigation de Plaisance).

Dotada de todos estos elementos, esta obra resulta ser una herramienta interactiva que instaura, a pesar de la distancia, un diálogo rico e instructivo entre el paciente y su médico. Se trata de un progreso importante para la salud de las personas aisladas.

Gérard d’Aboville
Diputado Europeo

Presidente del Conseil Supérieur de la Navigation de Plaisance

Para facilitar su utilización, se he dividido la Guía de Medicina a Distancia en 2 tomos:

Este es el tomo 1: "Consultar un médico a distancia"

Esta parte corresponde a la información que debe recopilarse ante la presentación de un trastorno para que el médico pueda establecer el diagnóstico más seguro.

Además hemos añadido:

- un capítulo sobre las precauciones a tomar antes de iniciar un viaje;*
- un capítulo sobre los procedimientos de llamada y las direcciones útiles.*

Este tomo no permite tratar. El conjunto de técnicas de asistencia, entre las cuales se encuentran también las técnicas de socorrismo, están descritas en el tomo 2.

ANTES DE PARTIR**- Leer los modos de empleo de los tres capítulos del Tomo 1**

- Capítulo 1 (rosa) PREVENCIÓN página 5
- Capítulo 2 (azul) RECOPIACIÓN DE LOS SÍNTOMAS página 41
La información que se debe reunir y transmitir al médico a distancia
- Capítulo 3 (gris) PROCEDIMIENTOS DE TRANSMISIÓN página 381
A quién y cómo llamar en caso de problema

- Preparar el botiquín farmacéutico:

Si usted parte hacia una zona aislada o en la que la medicina local es dudosa y/o en la que existe cierta inseguridad respecto a los medicamentos (medicamentos caducados, contaminados o alterados), es aconsejable preparar y llevarse un botiquín farmacéutico de viaje. Consultar capítulo 3 del tomo 2 (verde) BOTIQUÍN

SI SE PRESENTA UN PROBLEMA MÉDICO**- Parece grave y urgente:**

Evaluar el trastorno en el Tomo 2:

- Tomo 2- Capítulo 1 (rojo) CURAS Y TRATAMIENTOS

Ver las técnicas de socorrismo en el Tomo 2:

- Tomo 2 – Capítulo 2 (rojo) URGENCIAS

- La vida no está en peligro pero es necesaria una cura:

Se puede contactar con un médico por teléfono, por fax o por mensajería.

Prepara la consulta a distancia:

- Capítulo 2 (azul) RECOLECCIÓN DE SÍNTOMAS página 41

Ir a la doble página donde se describe el trastorno con:

- A la derecha los síntomas entre los que se seleccionarán los que se han constatado,
- A la izquierda, una serie de esquemas con una tabla de doble entrada para localizar el trastorno.

Llamar al médico a distancia:

- Capítulo 3 (gris) PROCEDIMIENTOS DE TRANSMISIÓN página 381

Transmitir los síntomas o solamente los códigos por teléfono, fax o sms.

La aplicación de las curas y de los tratamientos requiere la utilización del TOMO 2.

Las curas se describen en:

- Tomo 2 – Capítulo 1 (rojo) CURAS Y TRATAMIENTOS

Los medicamentos y accesorios se detallan en:

- Tomo 2- Capítulo 3 (verde) BOTIQUÍN

No se puede contactar con ningún médico

Ir directamente al TOMO 2.

Aplicar las curas con discernimiento recordando que usted no es médico.

Acudir lo más rápidamente posible a un médico si el trastorno lo justifica.

Este capítulo precisa las precauciones a tomar antes de partir del viaje, especialmente en zonas tropicales, donde los riesgos de contaminación son muy importantes.

En este capítulo también se describen las precauciones especiales a tomar según la edad, y según la existencia de ciertos antecedentes como la diabetes.

Según los medios de transporte utilizados, pueden aparecer trastornos como por ej. el mal de mar o mareo. Aquí también se proponen medidas de prevención eficaces para estos trastornos.

Finalmente un calendario de vacunaciones nos permite saber si estamos siempre correctamente protegidos. Se trata de una precaución elemental a tomar antes de partir de viaje.

LA SALUD ANTES DEL VIAJE

La mejor manera de evitar los accidentes y las enfermedades durante el viaje es previniéndolas.

Í	• 002	Prevención: nociones generales	8
N	• 004	Prevención según la edad	9
D	• 006	Prevención según los antecedentes específicos	10
I	• 008	Prevenciones particulares	12
C	• 010	Prevención según el medio	14
E	• 012	Prevención específica para países tropicales	21
	• 014	Prevención según el medio de transporte	27
	• 016	Calendario de vacunaciones	36

ÍNDICE ALFABÉTICO

- con sangre (síntomas 406) 145
- escozor (síntomas 404) 143
- Paciente**
 - agitado (síntomas 228) 67
 - agresivo (síntomas 230) 69
 - angustiado (síntomas 234) 73
 - comportamiento anormal (síntomas 226) 63
 - deprimido (síntomas 236) 75
 - desvaría (síntomas 232) 71
 - diabético (síntomas 280) 77
 - se siente mal (síntomas 224) 59
 - síntomas alteración de la conciencia (220) 53
 - síntomas pérdida de conciencia (217) 47
- Países cálidos, precauciones a tomar en 21-22
- Países extranjeros, números de emergencia en 406
- Palpitaciones (síntomas 380) 123
- Paludismo
 - contraindicaciones 11
 - mapa de zonas 25-26
 - medidas de prevención 9-21
- Pan-pan, mensaje de alerta 396
- Parálisis (síntomas 312) 99
- Parte alta de la espalda (antecedentes quirúrgicos 966) 374
- Parte baja de la espalda
 - (antecedentes quirúrgicos 968) 375
 - dolor (síntomas 508) 211
- Partir, que necesitamos antes de 385
- Parto, antecedentes (964) 373
- Pecho, dolor (síntomas 740) 315
- Pérdida de conciencia
 - (síntomas 308) 93
 - paciente (síntomas 217-220) 47-53
- Pérdida de sangre por vagina (síntomas 424) 155
- Pérdidas vaginales (síntomas 426) 159
- Personas mayores, precauciones antes del viaje 9
- Picores (síntomas 444) 175
- Pie, dolor (síntomas 600) 281
- Piel
 - (antecedentes de trastornos 928) 357
 - (antecedentes quirúrgicos 972) 379
 - amarillenta (síntomas 442) 173
 - anormal (síntomas 440) 169
 - dolor (síntomas 446) 177
 - imágenes (438) 164
 - precauciones a tomar en el sol 15
- Pierna
 - dolor (síntomas 592) 273
 - trastornos en avión, prevención 28
- Policia, número de teléfono en el extranjero 406
- Posición del barco 396-400
- Precauciones
 - antes del viaje en avión 27
 - antes del viaje 8
 - en la montaña 20
 - en países cálidos 21-22
 - según el medio de transporte 27
 - según los antecedentes 10
- Preservativo, precauciones en el viaje 13
- Presión arterial, medición, valores (830) 333
- Prevención
 - específico de los países tropicales 21
 - modo de empleo 7
 - nociones generales 8
 - personal 12
 - según ciertos antecedentes 10
 - según el medio de transporte 27
 - según el medio 14
 - según la edad 9
- Procedimientos de transmisión por llamada al médico 381
- Protección
 - contra el calor 14
 - solar 15
- Psíquicos, trastornos 11
- Pulgar, dolor, (síntomas 568) 259
- Pulso, toma (810) 329
- Punto preciso, dolor (síntomas 700) 291
- Radios marítimas, características 399-403
- Recompresión, cámaras 411
- Recopilación síntomas 41
- Regla
 - anormal, ausente, (síntomas 422) 153
 - indicaciones (420) 151
- Repatriación sanitaria 386-394
- Respiración
 - (antecedentes de trastornos 926) 355
 - medición, valores (820) 331
- Riñones, antecedentes de trastornos de (932) 359
- Rodilla, dolor (síntomas 588) 269
- Sal en los alimentos en ambientes cálidos 15
- Sangrado
 - (síntomas 456) 185
 - nariz (síntomas 352) 107
- Sangre
 - (antecedentes de trastornos de 912) 339
 - escupir (síntomas 360) 113
 - pérdidas por la vagina (síntomas 424) 155
- Sensaciones diversas, índice 80
- Servicio de asistencia médica, dirección 385
- Servicios de emergencia
 - ¿cómo llamar a los? 387-388-396
 - números de teléfono de los 406
- Sexo
 - hombre (antecedentes de trastornos, 934) 360
 - mujeres (antecedentes de trastornos, 936) 361
- Signos de gravedad (798), reconocer los 319
- Síntomas
 - (217), pérdida de conciencia, paciente 47
 - (220), alteración de la conciencia, paciente 53
 - (220), inconsciencia, paciente 53
 - (224), paciente, mareo 59
 - (226), paciente, comportamiento anormal 63
 - (228), paciente agitado 67
 - (230), paciente agresivo 69
 - (232), paciente desvaría 71
 - (234), paciente angustiado 73
 - (236), paciente deprimido 75
 - (280), paciente diabético 77
 - (302), bajo de ánimos 83
 - (304), mareos 87
 - (308), pérdida de conciencia 93
 - (308), pérdida de conocimiento 93
 - (312), parálisis 99
 - (340), trastornos de visión, vista 101

ÍNDICE ALFABÉTICO

- (344), trastornos auditivos	103
- (348), hinchazón de la cara	105
- (352), sangrado de la nariz	107
- (356), molestias para tragar	109
- (360), escupir sangre	113
- (364), vértigos	115
- (368), ganas de vomitar	119
- (368), náuseas, vómitos	119
- (380), palpitaciones	123
- (384), ahogamiento, molestia para respirar	127
- (386), asma	131
- (390), hipo	133
- (392), tos	135
- (400), diarreas	139
- (404), escozor al orinar	143
- (406), orina anormal o con sangre	145
- (408), dificultad para orinar	147
- (410), zona hinchada en el bajo vientre	149
- (420), indicaciones sobre las reglas	153
- (422), regla ausente o anormal	153
- (424), pérdidas de sangre por la vagina	155
- (426), pérdidas vaginales	159
- (430), embarazo	163
- (438), imágenes piel anormal	169
- (440), piel anormal	169
- (442), piel amarillenta	173
- (444), picores	175
- (446), dolor en la piel	177
- (450), quemaduras	181
- (454), herida	183
- (456), hemorragia	185
- (456), sangrado	185
- (458), dolor en la herida	187
- (480), bulto bajo la piel	189
- (500), dolor en alguna parte del cuerpo	195
- (502), dolor de cabeza	199
- (504), dolor en el tórax	203
- (506), dolor en la espalda	207
- (508), dolor en la parte baja de la espalda	211
- (510), dolor en la nalga	215
- (512), dolor en el vientre	219
- (514), dolor en el bajo vientre (mujer)	223
- (516), dolor en el bajo vientre (hombre)	225
- (518), dolor en el cuello	227
- (540), dolor en el hombro	231
- (544), dolor en el brazo	235
- (548), dolor en el codo	239
- (552), dolor en el antebrazo	243
- (556), dolor en la muñeca	247
- (560), dolor en la mano	251
- (564), dolor en el dedo	255
- (568), dolor en el pulgar	259
- (580), dolor en la cadera	261
- (584), dolor en el muslo	265
- (588), dolor en la rodilla	269
- (592), dolor en la pierna	273
- (596), dolor en el tobillo	277
- (600), dolor en el pie	281
- (604), dolor en el dedo del pie	285
- (700), dolor en un punto preciso	291
- (712), dolor en el ojo	295
- (716), dolor de oído	299
- (720), dolor en la boca	303
- (722), dolor en la encía	305
- (722), dolor en los dientes	305
- (726), dolor en la mandíbula	309
- (730), dolor en el ano	311
- (732), dolor en el escroto, testículo	313
- (740), dolor en el pecho	315
- (798), nivel de gravedad del trastorno	319
- (800), medición de la temperatura	323
- (802), valor de la fiebre	325
- (810), valor del pulso	329
- (820), número de respiraciones/minuto	331
- (830), medición de la presión arterial	329
- dolor en un punto preciso, índice	289
- dolor órgano, índice	289
- recopilación, explicaciones	41
- transmisión de los	392-393
Sociedades de asistencia, direcciones	410
Sol, medidas de protección contra el	9 y sig.
Supervivencia	
- en el agua fría	17
- traje de	20
Temperatura, medición (800)	323
Tensión arterial, medición (830)	333
Testículo, dolor, (síntomas 732)	313
Tobillo, dolor (síntomas 596)	277
Tórax	
- (antecedentes quirúrgicos 954)	366
- dolor (síntomas 504)	203
Tos, (síntomas 392)	135
Trabajadores inmigrantes	443
Traje de supervivencia, protección frío	20
Transmisión, procedimientos de	381
Trastornos	
- conciencia paciente (síntomas 220)	53
- diversos en avión, prevención	29
Trastornos de audición (síntomas 344)	103
Tratamientos en curso, precaución durante el viaje	13
Vacunas, calendario	36
Vagina	
- pérdidas a nivel de la (síntomas 426)	159
- sangre, pérdidas (síntomas 424)	155
Valores	
- presión arterial (830)	333
- pulso (810)	329
- respiración (820)	331
Vasos sanguíneos, antecedentes de trastornos de los (920)	349
Vejiga, antecedentes de trastornos en la (932)	359
Vértigo (síntomas 364)	115
VHF, canal 16	396-399-403
Viaje en avión, precauciones antes de un Vientre	27
- antecedentes quirúrgicos, parte alta del (956)	367
- dolor (síntomas 512)	219
VIH, precauciones de viaje	11
Visión, trastornos (síntomas 340)	101
Vista, trastornos (síntomas 340)	101
Vómitos (síntomas 368)	119
Zona hinchada del bajo vientre, (síntomas 410)	149

